HERMES
JORNAL DOS ALUNOS DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE GONDOMAR
CADERNO DE FÉRIAS - AGOSTO 2025

Solidão

— Albino Santos

Há um viajante que caminha sozinho por um vasto deserto. O céu é silencioso, e a estrada parece infinita. A solidão, nesse cenário, pode parecer uma prisão – mas na verdade é uma travessia. Cada passo, mesmo incerto, o aproxima de algo que ainda não vê: um oásis, uma aurora, uma nova estação da vida. A solidão é como a noite no alto mar; profunda, escura, cheia de silêncios. Mas se olhares para cima, verás que é nas noites escuras que as estrelas mais brilham. Elas não aparecem sob a luz do sol; é no breu da noite que revelam toda a sua beleza. Assim também és tu: é neste tempo de silêncio e solidão, que estás descobrindo forças e luzes que antes não sabias que existiam. Sim, haverá dias de cansaço e lágrimas. Mas elas limpam a alma e regam as sementes que estão por nascer dentro de nós. Lembra-te que não somos o momento mais escuro. Somos a força que o atravessa. Também tu te estás fortalecendo aprendendo a lidar com as sombras que por vezes aparecem no caminho. Essa é a maior dádiva da solidão. E ela ensina a encontrares um abrigo dentro de ti, para que, quando outros chegarem, não precises de te perder para os acolher e amar. Um dia, ao virar numa curva do teu caminho, ouvirás novas vozes, encontrarás mãos estendidas de afecto, sentirás a emoção de seres bem-vindo. Mas até lá, não te deixes vencer pela solidão, segue sem hesitações ou desânimo. Descobre a beleza que existe nessa travessia. Há um amanhã à tua espera para florescer. Lembra-te: Tu não estás parado, estás germinando. O céu estrelado sobre ti é um mapa que te orienta. Continua. Há muito mais à tua frente do que imaginas! Dentro de ti há uma vida inteira que pede para continuar. A solidão não é uma sentença, é um caminho. Doloroso às vezes, mas também fértil.

Raios de Sol

— Diamantino Torres

O dia nasceu triste. O outono surgiu, de repente, com toda a sua nostalgia. Os dias começavam a arrefecer, as folhas das árvores caíam sobre as ruas da cidade dando-lhes um tom acastanhado e avermelhado. As vias pedonais, passeios e calçadas, tornaram-se particularmente escorregadias e perigosas. Nuvens, muito negras, carregadas de água decidiram, impiedosamente, derramar uma torrente de água sobre a cidade. Com a chuva o início das aulas tornou-se caótico, carros e mais carros entupiam as rodovias. Pais estacionavam, sem respeito pelas regras e pelos outros, em cima dos passeios, das passadeiras, onde calhava, no sentido de deixarem as crianças o mais perto da entrada da escola. Fruto desta confusão e indisciplina dois carros bateram, o que tornou a desordem ainda mais acentuada. Os sinistrados discutiam acusando-se mutuamente da responsabilidade no acidente. Carros imobilizados, artérias entupidas, chuva a cair ininterruptamente obrigava as crianças a correr, desordenadamente, para a porta da escola no sentido de escaparem ao dilúvio inclemente.

Todos, logo de manhã, já estavam cansados, mais pelo stress e ansiedade do que pelo esforço físico ou intelectual — os pais preocupados em não se atrasarem na chegada aos empregos e as crianças para não terem falta por incumprimento do horário.

As folhas mortas sobre o passeio mais as pedras da calçada, muito polidas pelo contínuo calcorrear de milhões de transeuntes, tornavam-se mais escorregadias que pista de gelo. Com a queda continua

de folhas era impossível os cantoneiros municipais manterem o passeio limpo, permanentemente. No frenesim e na pressa várias tinham sido as vítimas desta armadilha escorregadia. Quando os acidentados eram crianças a sua destreza, flexibilidade e leveza tornavam, geralmente, as consequências reduzidas a danos na indumentária. Já o mesmo não se pode dizer dos adultos, principalmente os mais velhos, mais pesados, com pouca destreza. As quedas, por vezes, tinham consequências graves com traumatismos e fraturas ósseas. Foi esse o azar que teve a professora de matemática, Joaquina, que uma queda levou à fratura do braço direito.

Indiferente a todo este bulício estava João, recém aposentado, que junto à montra envidraçada de um café observava todo este frenesim. Estava reformado há seis meses depois de mais de quarenta anos na vida profissional. Todos os dias, muito cedo, tinha esta rotina: ir ao café, tomar o pequeno almoço e ler o jornal. Fruto desta vida de reformado tornara-se mais introspetivo. Além disso, e por causa disso, conseguia ver pormenores, detalhes da vida, que na correria de outros tempos nem pela sua existência dava.

Nos seus passeios observava, na margem do rio que passava perto de sua casa, o atleta, que faça chuva ou faça sol, todos os dias treinava e ao qual acenava dizendo: bom treino. Nos passadiços, que ladeavam o rio, deambulavam pessoas absortas nos seus pensamentos, outras passeavam os seus cães. Jovens casais traziam os filhos, de tenra idade, nos seus carrinhos de bebé, felizes. Nesse local, cada um ao seu ritmo, tentava manter a forma física. Jovens correndo, em ritmo mais acelerado e intenso. Velhos que apesar dos efeitos da idade, no seu corpo, mantinham uma mente resiliente e persistente, caminhando em passo mais repousado, não se entregando ao sedentarismo e ao isolamento.

O João gostava também de ir à piscina dar umas braçadas, exercício muito recomendado pelo médico para fortalecer os músculos e a resistência cardiorrespiratória, sem danificar as articulações.

Esta rotina mantinha-o vivo, fora de casa, mas faltava-lhe algo que o torturava: o calor humano. Era viúvo, a mulher tinha falecido há dois anos. Os filhos estavam longe. Tinham as suas vidas e passavam-se semanas que não lhe telefonavam.

As paredes de casa, silenciosas, acentuavam um sofrimento de que muito padecia: a solidão. E os momentos de tensão acumulada por não exteriorizar um pensamento, ouvir um bom dia, criaram nele um sentimento de frustração e revolta. Por vezes dizia, angustiado: “ qualquer dia dão por mim morto, quando começar a cheirar mal”. Ter alguém que lhe prestasse atenção era coisa rara. A sua timidez ia-se acentuando. Começou a sentir-se um inútil.

Quis, porque se sentia desorientado, abrir-se com um profissional de saúde mental: um psicólogo. Contou-lhe a sua vida, passada e presente, a ausência de objetivos. Não sabia como lidar com o tempo livre e, principalmente, com a inexistência de pessoas íntimas na sua vida. Ultimamente sentia-se desmotivado e incapaz de iniciar uma tarefa. Tudo lhe parecia impossível de realizar e constantemente procrastinava.

O psicólogo propôs-lhe uma terapia ocupacional e fez-lhe ver que, na vida, é importante ter objetivos. Lembrou-se então que, muito novo, tentou aprender a tocar viola e gostaria de aprender inglês. Nem hesitou e foi inscrever-se na Universidade Sénior. Lá, no decurso do ano letivo tornou-se mais feliz, pois todos os dias tinha motivos para falar e escutar, com outros alunos e alunas.

Reconheceu lá, também, uma antiga amiga de juventude, que não via há muitos anos. Numa pausa, entre aulas, convidou-a para tomar café e soube que ela estava divorciada. Após algumas semanas de convívio, convidou-a para passear e depois para irem ao cinema, ao teatro, almoçar. Ambos sentiam uma enorme satisfação pela partilha de bons momentos e por se sentiram vivos.

O reformado João encontrou interesse pela vida. Parecia rejuvenescido e apesar das nuvens do Outono, uns raios de sol, novamente, entraram na sua vida.

.Texto a quatro mãos

— Artur Sousa & Etelvina Ferreira

Às 11h33 de um certo dia dessa semana a tecnologia tinha entrado em greve.

Nada funcionava que dependesse da acção dos electrões.

João e Teresa, duas almas anónimas no turbilhão de gente que habita o Planeta e ambos ao serviço da empresa na qual trabalham, tinham ido, naquele dia, até ao Alto Douro. O certo é que apenas tinham tido tempo de chegar a Freixo de Espada à Cinta e zás, nada funcionava: internet, telefones, terminais de pagamento automático...

Teresa, com as celulazinhas cinzentas em ebulição, dava asas a especulações e da sua mente saíam já duas ou três teorias que estimulavam, em João, um leve sorriso.

— Tem calma, Teresa. Vais ver que tudo não passa de uma simples avaria.

Teresa repetia:

— Foram os russos num ciberataque. Ou, quem sabe, o Musk a desligar a rede Starlink, chateado pela queda das vendas de Teslas.

— Bem, não sabemos nada. O melhor é esperar. Entretanto vamos descobrir onde fica o nosso hotel.

As horas sucediam-se. Estavam já instalados no hotel Douro Internacional e a serem alvo das mil atenções dos proprietários, preocupados com o bem-estar daquele casal, assim pensavam eles.

Isto porque, João, aquando do registo tinha assinalado casados. A sua mão estava mais de acordo com o seu coração que ao real estado civil dos dois.

O local era magnífico. Pequenas construções alcandoradas na encosta com o Douro ali a seus pés.

A noite caiu. O jantar... delicioso. Teresa, pouco dada a consumir álcool, naquela noite tinha degustado aquele fabuloso vinho de nome "Bons Ares" que ela desconhecia por completo. Tinha ficado a gostar daquele néctar frutado e muito leve, quase feminino.

A conversa prolongou-se. A noite amena e a ausência de qualquer luz artificial despertavam naquelas almas uma paz, uma liberdade e uma sensação de serem os únicos habitantes do Planeta.

João não se tinha poupado a esforços para tranquilizar, mimar e cuidar de Teresa.

Havia anos que se conheciam. Numa intimidade não de corpos, mas de almas. Nutriam um pelo outro um amor nunca vivido na plenitude da banalidade dos gestos, mas um profundo sentimento que os unia e despertava o sonho e, quem sabe, o desejo. Só eles o podiam verbalizar.

As horas continuavam a suceder-se sem que se apercebessem, tal era a profunda comunhão de espírito entre eles, bebendo-se um ao outro nas palavras trocadas, no abraçar dos corpos, a partir do momento em que Teresa se deixou envolver na naturalidade das coisas e João cruzou os braços à volta da barriga dela. Rostos encostados e as quatro íris a olhar na mesma direcção sem que a beleza daquele momento de intimidade fosse perturbada, fluindo as palavras que ambos trocavam, apenas e só, no seu mais puro significado. O que saía das suas bocas era sentido, talvez, como nunca o tinham experienciado...

— E agora, João?

— Agora, minha querida... acendemos as velas e contamos segredos - respondeu ele, num tão de poeta envelhecido, tirando do bolso um isqueiro que soltou uma labareda decadente.

Durante os primeiros quinze minutos, foi romântico. Depois, começou a cheirar a cera, o quarto aqueceu como uma estufa, obrigando à abertura das janelas.

Foi então que se instalou o caos. Os primeiros mosquitos deram entrada, silenciosos, de forma organizada. Apareceram como ninjas alados, sedentos, sanguinários.

Teresa, embrulhada num robe de seda, vermelho, deu o primeiro grito quando sentiu a picada numa nádega.

-— Ai, que me estão a sugar viva! — E começou a correr pelo quarto, de chinelo no ar, imitando uma dança flamenga, endoidecendo o toureiro picador, na tentativa de um ajuste de contas.

João, envolto no lençol da cama, brandia o comando da televisão como se fosse uma arma, na tentativa de acertar nos insetos, mesmo com risco de desfazer a arma, o que veio a acontecer.

Os mosquitos, enlouquecidos pelo cheiro a sangue, atacavam, agora, em bando. Teresa agarrou no frasco do perfume francês e começou a pulverizar para todos os lados, gritando:

— Morram malditos! Cobardes! Chanel Nº 5 vindo direto de Paris!

O ambiente ficou irrespirável: perfume caro, sexo, suor e muito

desespero.

Quando finalmente, perto das onze, a luz voltou, Teresa estava com o cabelo armado em pânico, João suado como quem atravessou o Douro a nado e as velas, derretidas, eram a imagem duma tragédia no palco — uma ópera trágica no seu melhor. O teto estava cravejado de mosquitos pendentes, prontos a atacar: uma trégua na guerra que a luz elétrica veio proporcionar.

Exaustos pela luta travada sentaram-se, entre fronhas amachucadas e o silêncio da derrota. Teresa olhou para João com olhos semicerrados, um mosquito ainda agarrado à sobrancelha.

-— Amor é isto, não é? — murmurou ela, com a voz rouca de quem gritara para o além.

— Isto o quê? — perguntou ele a meia voz, receoso.

— Ser devorados juntos. Suar juntos. Rir no fim, porque estamos vivos e juntos.

E foi naquela cama desfeita, naquele quarto perfumado de tragédia, que João respondeu com a sabedoria dum filósofo ancestral:

— O amor não se mede no silêncio ou no eco, na luz ou nas trevas... mede-se nas noites em que a vela é a única luz, os mosquitos soldados armados e, mesmo assim, ficamos juntos. Ficamos porque sabemos que das noites mais absurdas nascem as histórias mais belas e o amor quando sobrevive ao caos brilha sempre um pouco mais.

Jantar Acompanhado

— João Paulo Pinto

Ontem, na hora do jantar, liguei a televisão para assistir ao noticiário com o intuito de me manter informado sobre as notícias do dia. Bastou uma hora televisiva para dividir o meu sagrado café com um violador de uma cidade do interior de São Paulo, o meu pão e manteiga com Donald Trump e todos seus seguidores que invadiram o Capitólio, a compota de morango com Kim Jong-un, ditador da Coreia do Norte, o presunto e queijo com corpos de civis mortos num edifício habitacional na cidade de Kiev, na Ucrânia. Por fim, nos intervalos de publicidade, tive que engolir o último gole de leite misturado com um shampoo e condicionador: o único que deixa os meus cabelos mais leves, bonitos, soltos e desembaraçados.

Tudo isso nos leva crer que a nossa mesa de jantar está ficando muito pequena para tantos convidados. Portanto, ou nós selecionamos melhor os penetras, ou estaremos fadados a perder o que nos resta da nossa privacidade, da autonomia, do sossego e de um bom convívio familiar.

Constantemente, somos bombardeados pelos meios de comunicação que, com o apertar de um botão, conseguem infiltrar-se em nossas casas e invadir o nosso lar. Hoje, um tsunami que ocorre numa longínqua ilha da Indonésia inunda a nossa sala e, em segundos, passamos a conviver com a dor das vítimas.

As cinzas do vulcão Stromboli, na Itália, e a lava expelida de seu cume saíram do ecrã do meu televisor, e aqueceram o meu sofá. A fumaça da queimada ocorrida no pantanal do Mato Grosso, ontem, impregnou-se na minha casa e me senti sufocado, mesmo não estando lá. Às vezes, a propaganda da televisão é tão envolvente que, embora não seja necessária, nós a acabamos adquirindo em 36 suaves prestações.

A tecnologia é importante e apresenta pontos positivos em diversas áreas. No entanto, chega uma hora que devemos desligar o botão do controle remoto e ligarmos a outra tecla, a que vem do coração. Devemos guardar um lugar à mesa para o convívio familiar em que vamos conversar sobre o nosso dia a dia.

Aquele sagrado instante em que nós nos reunimos para contar sobre como foi o nosso dia no trabalho. Nessa ocasião, a gente conta sobre o autocarro que atrasou e nos fez perder a hora da consulta com o médico, fala a respeito de um assunto que nos chateou durante a nossa jornada de trabalho, e comenta sobre as notas do boletim escolar do filho que não foi bem em matemática. É o momento também de perceber que a filha está muito quieta e, ao perguntar-lhe, a gente consegue saber que ela brigou com o namorado. Falamos ainda da perspetiva da viagem, em família, no próximo período de férias. Confidenciamos os nossos sentimentos, anseios, as coisas simples que acontecem no dia a dia e conectam nossas vidas com o ambiente familiar.

É inevitável e necessário o convívio com as tecnologias que nos cercam, mas sobretudo devemos estar atentos a não perdermos o nosso humor, a nossa essência, como família, como pessoas.

Poderá até existir um momento em que nós possamos deixar as visitas se sentarem connosco para nos mantermos ligados ao mundo. Porém, devemos selecionar os hóspedes e estabelecer os horários dos encontros.

Caso contrário, eles se sentarão à nossa mesa e seremos nós os convidados

O Corta-Papel e o Código QR

— Etelvina Ferreira

Hoje, quando revisitava Camilo castelo Branco, na minha biblioteca, deparei-me com um pequeno milagre do esquecimento: Doze Casamentos Felizes, ainda com as páginas por abrir. Um livro virgem, envergonhado no silêncio de décadas, à espera do ritual perdido que era o ato de o desflorar. Aquelas folhas coladas transformaram-se em relâmpagos de memórias – e, de repente, dei comigo com um corta-papel na mão e a alma aos saltos.

Havia uma liturgia nesse gesto de abrir um livro. Um prazer quase carnal, íntimo, entre mim e o papel. Os corta-papel, esse instrumento que hoje poucos conhecem e que eu colecionava, muitos...cada qual com o seu capricho e a sua história. Tinham formas curiosas: um em metal com dragões esculpidos a imitar a espada de um samurai e que tinha pendurado outro mais pequenino, exatamente igual – ligação entre mestre e discípulo, imaginava eu; outro de madeira esculpido com um papagaio; outro de prata, no formato de uma espada e com o meu nome gravado, etc. etc.

Na altura, eu usava também os improvisados – uma régua escolar, um esquadro, uma faca que pousava na mesinha de cabeceira.

Eram como chaves sagradas. Deslizavam entre páginas, com um cuidado cerimonioso, abrindo caminho ao desconhecido, como quem tira o lacre de uma carta apaixonada. O cheiro da celulose misturava-se com o aroma da juventude, e coexistia um nervosismo antes da leitura da primeira frase.

Não eram só uma lâmina – eram uma chave para um mundo fechado, para um tempo em que o livro só se revelava a quem estivesse disposto a conquistá-lo com paciência e curiosidade.

Que me reservará Camilo, agora, nesta dúzia de enlaces felizes?

Hoje os livros chegam-nos num clique – um ficheiro descarregado, um ecrã aceso, uma arma do progresso que substitui o cheiro e o toque. Reconheço-lhe muitas vantagens – já viajei com bibliotecas inteiras no iPad e houve noites em que uma história bem escrita, em PDF, me salvou da insónia. Mas há qualquer coisa que se perdeu nessa transição – não há corta-papel no "Kindle", não há o som subtil da folha que se liberta, não há dedos sujos de tinta, nem o risco encantador de uma folha mal cortada que me obrigava a imaginar o que faltava.

Ao rasgar o livro de Camilo, senti-me outra vez jovem. Senti ter descoberto um tesouro lacrado. Vi o meu quarto de dormir onde lia às escondidas depois de os meus pais se deitarem; senti o verão pegajoso em que devorei livros às dúzias, como se fossem romances de bolso e bolas de Berlim. Nesse momento, o tempo deixou de correr para a frente e trouxe de volta os verões da infância, os invernos em que lia junto à lareira, os domingos preguiçosos em que cada página era um presente.

O corta-papel era uma ferramenta de descoberta, um sabre literário. Hoje talvez fosse visto como uma arma branca num aeroporto.

Vivemos numa era de códigos QR, onde até os menus dos restaurantes se escondem atrás de ecrãs. Mas, felizmente para nós, ainda encontramos esses fósseis do passado - como este livro - que nos devolvem o sabor da lentidão, da espera, da conquista.

Talvez os casamentos de hoje não sejam tão felizes como os do tempo de Camilo – ou talvez sejamos nós que não os lemos com a mesma inocência. Mas, ao abrir aquelas páginas coladas, senti-me cúmplice de um segredo antigo, e o corta-papel brilhou-me na mão como se fosse uma varinha mágica.

E, por um instante, fui outra vez a jovem que acreditava que todos os livros – como todos os amores – deveriam ser abertos com cuidado. E, se possível, com poesia.

As Carmelitas Descalças de Compiègne

— Carlos Ferreira

A Revolução Francesa de 1789 trouxe para a França e toda a Europa, principalmente, a base de levantamentos contra o "Antigo Regime" e marca o fim da Idade Media conhecida pelo feudalismo. Iniciou-se uma nova fase das relações entre países, reinos e povos. Liberdade, Fraternidade e Igualdade passou a ser uma divisa comum e um viver de tempos diferentes, socialmente.

No entanto os tempos de mudança não são iguais para todos, a Revolução Francesa não tratou todos os cidadãos da mesma maneira atendendo ao conceito de Liberdade. No dia 17 de julho de 1794, 16 freiras Carmelitas Descalças de Compiègne, são condenadas há morte e executadas na guilhotina pelo crime de conspirar contra a revolução e não renunciar há sua fé. E assim renasceram para a vida eterna. Nesse dia fatídico de 1794 duas carruagens iniciam o seu percurso em direção ao cadafalso, para a Place du Throne, um local de cheiros fétidos e nauseabundos provenientes dos vivos e dos cadáveres dos mortos. Naquele fim de dia o calor que se faz sentir é sufocante, e o espaço está apinhado de gente para ver o funcionamento da guilhotina, ou seja, os rostos de quem vai morrer. Aos poucos faz-se silêncio ouvindo-se apenas o som dos cascos dos cavalos e das rodas de ferro dos carros que percorrem a calçada, que, no entanto, não é suficiente para abafar o canto das Irmãs Carmelitas, transportadas dentro das carroças, vestidas de cor branca, entoando cânticos litúrgicos: Salve Rainha, Te Deum.

Foi um acontecimento nunca antes visto na Place du Throne: silêncio absoluto em todo o espaço onde iria ser feito o sacrifício e quando as Irmãs chegaram junto do cadafalso ajoelham e renovam os seus votos de castidade, pobreza e obediência à sua fé, perante a Madre Superiora ao mesmo tempo que cantam o Veni Creator Spiritus. Ao subir para o cadafalso cantam o salmo Laudate Domminnum Omnes Gentes, "Louvai o Senhor de todos os povos".

A última religiosa a subir para a execução, a Irmã de Jesus Crucificado, dirige-se aos seus executores, dizendo-lhes: "Meus amigos eu vos perdoo de todo o coração tal como desejo que Deus me perdoe". Depois os carrascos colocam a Irmã em posição e a lamina cega da guilhotina faz o seu serviço. As vestes alvas ficam manchadas de sangue de inocentes e, depois, os corpos decepados são transportados para a sua última morada: uma vala comum.

A Revolução faz pagar um preço àqueles que não estão com ela

Sabe-se que é no cemitério Pictus, em Paris, que estão depositados os corpos das Irmãs Carmelitas Descalças e também de centenas de condenados à guilhotina. Este cemitério, apesar de ser privado e pouco conhecido, é Monumento Nacional.

As Irmãs Carmelitas Descalças de Compiègne, guilhotinadas, foram beatificadas em 1906 e a 18 de dezembro de 2024 o Papa Francisco declarou-as Santas da Igreja, através da canonização.